

Спортивное развлечение «Мы за здоровье»

Цель: Пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

1. Продолжать укреплять здоровье детей, развивать физические качества.
2. Совершенствовать у детей умения использовать ОВД в играх – эстафетах. Развивать ловкость, быстроту, выносливость.
3. Формировать у детей навыки ритмических движений в соответствии с характером музыки, умение передавать через движение ее эмоционально - образное содержание. Развивать навык выразительного чтения стихотворений.
4. Воспитывать организованность самостоятельность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения.

Предварительная работа: Беседа, отгадывание загадок, заучивание поговорок о здоровом образе жизни.

Атрибуты и пособия к мероприятию: Шары воздушные, плакат «Здоровье – главное богатство», колонка, медали «Всемирный день здоровья»; мячи, палки, ориентиры, корзины, кубики, метёлки, обручи.

Ход праздника

Айболит. Ох, дети, еле-еле успел. По полям, по лесам я бежал и все время шептал: детский сад, детский сад, детский сад. И вот я здесь! У вас ангина?

Дети. Нет.

Айболит. Скарлатина?

Дети. Нет!

Айболит. Холерина?

Дети. Нет!

Айболит. Аппендицит?

Дети. Нет!

Айболит. Так вы здоровы?

Дети. Здоровы!

Айболит. А к проверке готовы?

Дети. готовы!

Айболит. Ребята, сегодня мы с вами собрались на праздник «Мы за здоровье».

Стихи

1 ребенок:

Чтоб расти и закаляться
Не по дням, а по часам
Физкультурой заниматься,
Заниматься надо нам.

2 ребенок:

Чтоб расти нам сильными,
Ловкими и смелыми,
Ежедневно по утрам
Мы зарядку делаем.

3 ребенок:

К солнцу руки поднимаем,
Дружно, весело шагаем,
Приседаем и встаем
И ничуть не устаем!

Айболит. Кто скажет, что значит «быть здоровым?» (ответы детей). Да, вы правы, это значит не болеть, заниматься спортом, делать зарядку, закаляться. И конечно мыть руки перед едой, чистить зубы утром и вечером перед сном.

А еще не сидеть на месте, чаще двигаться. Давайте подвигаемся, а лучше посоревнуемся.

Айболит. Внимание, внимание!

Начинаем соревнования!

Даши, Дани все детишки,

Подтянули вы штанишки.

Громко крикнули в ответ

Вы уже готовы ...

Ага, попались,

Громко крикнули тогда

Вы уже готовы...

Айболит. Команды ждут веселых стартов – итак, мы начинаем.

Айболит. Так-так-так! Дышите — не дышите!

Все в порядке отдохните! Руки вместе поднимите, превосходно, опустите, наклонитесь, станьте прямо, улыбнитесь. Да, я доволен осмотром, здоровы, действительно здоровы! Можно начинать состязания. Я слышу какой-то странный звук!

(Стук в дверь.)

Вбегает Баба-Яга. Она держится за сердце, за поясницу, охает.

Айболит. Баба-Яга., что с тобой, ты заболела? Вставай, у ребят сегодня спортивный праздник.

Баба-Яга. Еле-еле тебя догнала, Айболит, худо мне. Все болит, все хрустит.

Айболит. А что ты кушаешь?

Баба-Яга. Анаком, чипысы, ... (перечисляет вредные продукты), Сникересы очень люблю!

Айболит. Ты неправильно питаешься. Будешь кушать «Сникерс» сладкий,

Будут зубы не в порядке.

Если кто не верит –

На себе проверит.

Ребята, какую еду, что нужно кушать, чтобы быть здоровым и сильным?

Дети. Овощи, фрукты.

Айболит. Скоро лето, поспеют ягоды, вырастут фрукты и овощи. Ешьте их как можно больше, ведь это живые витамины! Но не забывайте, что их нужно мыть водой, а руки — мылом.

От простой воды и мыла у микробов тает сила.

Айболит. А что ты любишь пить?

Баба-Яга. Фанту, колу, спрайт!

Айболит. Ой-ой-ой! Ты же губишь себя! А поведай – ка мне, голубушка, о своем двигательном режиме. А скажи-ка, Яга,

Чем ты занята по утрам?

Баба-Яга. Я, ребята, долго сплю,

До полудня я храплю.

Айболит.

Расскажи, но по порядку,

Часто делаешь зарядку?

Спортом занимаешься?

Водой обливаешься?

Баба-Яга. Нет! Зарядки-то, ребята, Я не делала никогда!

Айболит. Ребята, перед нами типичный случай, и мы сможем Яге помочь, мы научим ее вести здоровый образ жизни! Яга, все твои неприятности от того, что ты ведешь неправильный образ жизни, и

если ты будешь продолжать, то можешь оказаться в больнице.

Баба Яга. Ой, я не хочу в больницу! Я хочу вести здоровый образ жизни, только я не знаю что это такое! Научите меня!

Айболит. Ну что ж, начнем! Предлагаю нам немного размяться!

Дети исполняют танец «Солнышко лучистое любит скакать...»

Баба Яга. Ой, вот это я наразмяналась...Рябятки. у меня в избушке завалилися игрушки. Я хоть и старенькая, а играть страсть, как люблю.

- А теперь, мои ребятки,

Отгадайте-ка загадку:

Круглый, мягкий, полосатый,

Нравится он всем ребятам.

Может долго он скакать

И совсем не устать!

Дети. Мяч!

Айболит. Бабушка Яга, а ты знаешь какой это полезный предмет?

Ведь с мячом можно выполнять различные упражнения и даже соревноваться. И не случайно ты, наверное, к нам попала именно в этот день. Сегодня Всемирный день здоровья. У наших ребят соревнования. Они нам покажут какие они сильные и ловкие, а ты посмотри и поучись.

Айболит. С вами буду я играть,

Правил чур не нарушать.

Травму чтоб не получить

Аккуратным надо быть.

Айболит. Делу время – час забаве.

Команда первая – направо. Тут вторая становись.

Ведущий организует спортивные соревнования:

1. **«Передай мяч»:** дети строятся в колонну друг за другом и передают мяч над головой.
2. **«Первый, второй»:** в каждой команде первый ребенок – берет корзину с кубиками, бежит до ориентира и высыпает кубики, а затем возвращается и передает корзину следующему игроку – второму. Он должен добежать до ориентира, собрать кубики и вернуться к команде.
3. **«Полёт на метле»:** Ребенок садится верхом на метлу и бежит до ориентира, обегает его и возвращается к команде, передает метлу следующему игроку.
4. **«Сквозь игольное ушко»:** участник бежит, добегают до ориентира, продевает через себя обруч, обегает его, возвращается обратно и передает эстафету.

Айболит. Все команды хорошо сыграли, все сразу здоровее стали.

подводятся итоги и вручаются всем без исключения памятные медали

«Всемирный день здоровья».

Баба Яга: Ой спасибо вам ребятки. Набегалась, напрыгалась и оздоровилась. Проживу теперь ещё лет 200. Слыш Айболит. Уже сердце не болит. И спина то не скрипит .

Айболит: Ну, тогда бабуля Ягуля мы с тобой хотим поиграть в твою любимую игру.

Подвижная игра «Баба Яга костяная нога»

(дети и баба Яга стоят на противоположных сторонах, Яга догоняет)

Бабка-ёжка-костяная ножка.

Вышла на улицу увидала курицу,

Курица ко-ко-ко

Бабка-ёжка далеко.

А я вас догоню

Сразу в печку посажу.

Баба Яга: Ой пошутила, пошутила.

В печку вас сажать не стану
Лучше яблочки достану.
Угощайтесь детвора
Здоровенькими будете
На долгие года.

(раздаёт яблоки)

Айболит: В мире нет рецепта лучше: будь со спортом не разлучен.
Проживешь ты до ста лет! Вот и весь секрет.
Праздник завершать пора. Крикнем празднику «Ура!»

1 ребенок:

Чтоб расти и закаляться
Не по дням, а по часам
Физкультурой заниматься,
Заниматься надо нам.

2 ребенок:

Чтоб расти нам сильными,
Ловкими и смелыми,
Ежедневно по утрам
Мы зарядку делаем.

3 ребенок:

К солнцу руки поднимаем,
Дружно, весело шагаем,
Приседаем и встаем
И ничуть не устаем!









+ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ +



